



Agrupación Deportiva NAUTICO DE NARON  
Polideportivo de A Gándara, 148  
15570 NARON  
Telf: 981 389 139  
[www.nauticonaron.com](http://www.nauticonaron.com)  
[nauticonaron@gmail.com](mailto:nauticonaron@gmail.com)

## CONVOCATORIA NATACION

COMPETICIÓN: Torneio das Antas  
FECHA: 18-19 de Mayo  
LUGAR: Espinho (Portugal)  
HORA DE SALIDA: Sábado a las 09:00 h  
REGRESO: Domingo por la tarde  
CALENTAMIENTO:  
COMPETICIÓN: 14:30 y 08:30 (hora Portuguesa)



### DEPORTISTAS:

Isabel de Freitas  
Gisela Giz  
Laura Pantín  
Sabela Graña  
Rául Hermida  
Nordés Ventureira

David Albes	100 Bra-200 Est
Juan Pablo Picos	100 Lib-200 Lib
Gabriel Sánchez	100 Espalda
David Couceiro	100 Mariposa
Lia Garrido	100 Mariposa-100 Libre
Sara Gil	100 Braza-200 Estilos
Inés Serantes	100 Espalda-200 Libre
Inés Gómez	100 Espalda
Andrea López	200 Libre-200 Estilos
Julia Maneiros	100 Mariposa
Lara Ríos	100 Braza
Elena Tenreiro	100 Libres

Entrenadores: Unai Hernáez  
Delegad@:

Los nadadores deberán de llevar el alumerzo del primer día y cada deberá abonar 15€, se hará en la oficina del club o ingresar en la cuenta: Banco Santander ES65 0049 5956 6126 1607 1368 Concepto: Portugal\_nombredeportista.